



第21号

● 「リメンバー・ミー」

緩和医療科科長 井上 彰

6月初旬に米国臨床腫瘍学会（ASCO）へ向かう機内で、今年のアカデミー賞の長編アニメーション部門を勝ち取った評判作を遅ればせながら鑑賞し、大いに感銘を受けました。

舞台となったメキシコでは、日本のお盆に相当する「死者の日」に祖先が家族の元へ帰ってくるのですが、三途の河とおぼしき大河に架かる橋を皆が渡ってくるあたり、この世とあの世を繋ぐ境目の概念は洋の東西を問わず共通点が多いことを改めて感じます。家族が祖先を敬い祭壇に写真を飾ってくれることで、死者は橋を渡って子孫の元へ帰ってきて彼らの繁栄を温かく見守る一方で、写真を飾られない死者は橋を渡れず、さらには現世で自分を覚えていてくれる人が誰もいなくなると「第2の死」が訪れ、あの世での存在すら消えてしまうという設定は私にとって非常に腑に落ちるものでした。私はこの仕事に就く前から「身近で祖先が守ってくれている」という感覚を常に持っており、（まだ先の話であって欲しいですが）この世の人生が終わった暁には、向こうで多くの家族や知人が私を迎え入れてくれるはずと思っているからです（その中にはお看取りした患者さんも勝手に含ませていただいています）。古来日本人は無意識的にもこのように死者と共存する概念をもち、特定の「神」の存在は信じなくとも死への恐れを和らげていたと思いますが、最近はお盆を意識しない若者も多いようで「ご先祖様」との繋がりも希薄になっているのではないのでしょうか？

その点、本作品を米国大手のディズニーが手がけているのは重要で、世界中の子供たちに「生と死」を考える機会を与えた功績は大きいと思います（その辺も評価されてのアカデミー賞でしょうか）。「友情と勝利」で突き進むマンガや「魔法」で全てが解決するアニメも悪くはないですが、お盆の時期に一家で楽しむには最適の一本としてお勧めします（この冊子が出来る頃には今年のお盆は過ぎているでしょうが…）。もっとも、主人公の少年の曾祖母（認知症がみ）が、幼い頃に家族から去った父親を恋しがり、その父が歌ってくれた思い出の曲を主人公が歌い聞かせることで意識を蘇らせるシーンは、幼子を持つ身として涙なくして観られないので、我が家ではちょっと恥ずかしいかもですが。



● 緩和に対しての思い

岡部医院仙台 医師 河原 正典

外科医だった私が、なぜ在宅緩和医療を仕事にしているのか、ふと立ち止まって考えてみたことがあります。最初は、単純に「家に帰りたい」と癌終末期の患者さんに言われて、在宅緩和医療に繋いだことがあり、自分の中で在宅緩和医療が必要な仕事だと思ったことがきっかけだったように考えていました。

そして、在宅緩和を専門にするようになり、様々な人と出会い、色々と考えるようになり、なぜこの仕事に就くようになったのか、根本のところ腑に落ちたことがあります。それは、自分の中に「自分の意見を尊重してほしい」という希望があるのだということに気が付いたからです。そして、「自分の意見を尊重してほしい」の裏返しとして、「あなたの意見を尊重したい」も自分の中では重要な位置を占めているのだと思うようになりました。

変な言い方かもしれませんが、「愛したいし、愛されたい。」に似た感覚かもしれません。ただ、緩和医療には、患者さんを中心に様々な人が関わります。そして、患者さんのご家族でも意見が異なることも多く経験します。そして、残された時間は長くはない。そのような状況で、緩和医療を提供しながら、少しでも皆の意見を尊重し落としどころを探るのも私の重要な仕事なのだと思えるようになりました。



ご尽力された方々より

6年間を振り返り

看護師長 畠山 里恵

東北大学病院の緩和ケア病棟が開設されてから18年が経過しました。私は6年間勤務をして参りましたが、病棟はここ数年で大きな変化があり、設立当時には予想が出来ないほどだと思います。がん対策により緩和ケアが社会的に推進され緩和ケアの提供の場も拡大し、緩和ケア病棟は外来や在宅療養支援診療所との連携も強化されました。また緩和ケア病棟の入院リソースを効率的に活用するように求められ、病棟は療養型中心の病床から急性期型と変わりました。多くの緩和医療を必要とする患者の入院を受け入れ、年間入院患者数は10年前と比較すると2倍近くとなり、在院日数も大幅に短縮しています。

緩和ケア病棟の看護は多様です。終末期の患者さんは日ごとに病状が変化するため、ケアはその変化に対応していかなければなりませんし、ご家族への対応も臨機応変です。優しい心と優しい技術が求められます。しかし時には病棟の人員配置などによりケアの限界もありました。その時は「できる時はしっかり頑張ります。」とご理解をお願いするしかありません。悩むことも多い職場ですが、患者さんやご家族から「ここにきてよかった。」とおっしゃって頂くことが何よりも嬉しいことです。

病棟スタッフとは毎年労働環境や安全性を考えながら、業務改善を積極的に行って参りました。平成26年には業務改善の一つが認められ「病院長賞」を頂いたのは、看護師全員が効果的なケアをしたいという熱い思いが評価されたものと思います。現在は新看護提供方式も導入し、看護体制も大きく変わりました。臨床教師も新たにチームの一員となり、チーム医療も更にパワーアップしました。病棟の状況が変わっても緩和ケアの精神や看護の基本は忘れず、誠実なケアをみんなで提供していきたいと思います。日々人生の大切なことを学び、ここでの勤務は私の人生にとってかけがえのないものになりました。ありがとうございました。



緩和ケア病棟の卒業を前に想う事

看護師 近藤 幸子

昭和57年4月に看護師として働き始めて36年。まさか定年前の9年間で緩和ケア病棟で終えるとは思ってもみませんでした。私は、両親を5歳と33歳の時に癌で亡くしました。当時の光景は今でもはっきりと覚えています。今ここで働いていることが運命の様な気がしてなりません。私にとっての緩和ケアは楽しいばかりではなく、辛く大変な事も多くありましたが、その度に成長させてもらいました。患者様やご家族だけでなく医師、看護師、その他の医療関係者との関わりそのものが、価値観や死生観、人の尊厳を深く考える機会となり振り返ることができました。また東日本大震災を経験し、人の優しさや暖かさ、頼もしさ、厳しさと強さを知り、働き続けられる喜びと使命感を持って看護師の仕事ができたと思います。寄り添うという看護の基本と、何気ない日常の大切さ、素晴らしさを改めて感じました。この貴重な経験を無駄にしないように、定年後の人生に活かしていきたいです。長い間支えて下さいました歴代の師長さん、諸先輩と後輩の皆様、そして大好きな夫と4人の息子たち全ての人に感謝いたします。ありがとうございました。



新たに加わったメンバーより

緩和医療科 医師 武田 郁央

4月よりお世話になっております武田郁央と申します。東北大学で10年以上臓器移植に関わってきた外科医です。

臓器移植というとあまり馴染みのない世界だと思いますが、健康な方の臓器（生体移植）やお亡くなりになった方の臓器（脳死移植、死体移植）を提供して頂き、病気の方に手術で移植する治療です。命のリレーといえばカッコいいのですが、現場はもっと複雑です。脳死移植や死体移植では、臓器を摘出する段階で一つの死と直面します。また、医療技術は進歩していますが、やはり移植をしても亡くなられる方がおります。命の尊さに違いはないのですが、多くの方々が関わる移植における「生と死」の問題は私にとって特別なものとして感じられていました。悩める患者さんやご家族にもっとうまく寄り添える方法はないかと、心理学や哲学に答えを求めましたが見つからず、ふと手にした緩和ケアの本にコツンと手応えのようなものを感じました。これが緩和ケアとの出会いです。以後、天職と感じのめり込むようになり、大学を出たことをきっかけに、4年ほど秋田で緩和ケアを行ってきました。

より専門的なケアを学びたいと思い、外科医を辞めてこちらでお世話になることにしましたが、大学病院のPCUは私のイメージをよい意味で壊してくれました。現状は想像以上に厳しく、ゆったりと時間の流れる場面もありますが、苦痛に満ちた状態で入棟してこられる患者さんの症状緩和にその場から全力投球する、いわば急性期医療の面も多分に持ち合わせていました。あまりにギャップがあったので、心の中で「症状コントロールセンター」と命名したほどですが、最近はシステムに慣れ、皆様の仲間に入れたのではないかと感じています。癒しの音楽も頑張りますので、今後ともどうぞ宜しくお願いします。

看護師 近藤 陽子

4月から緩和ケア病棟に配属になりました。まだ数ヶ月の勤務ですが、多くの患者さんの旅立ちの時を共に過ごさせてもらっています。それぞれに違う様々な人生を歩んで来られ、病氣と闘い、色々な想いを抱え、そして今「死」と向き合う時間の中にいる方への看護は、人としての在り方を求められているように感じます。私が行う一つ一つの言葉や関わりが、その人に対してささやかでも安らぎになることを望みますが、少しのいき違いが苛立ちや苦痛を生む事にもなり得ます。だからこそ、言葉にならない小さな訴えやその表情、差し伸ばされた手や仕草から見過ごしてしまいそうになる想いを感じ取り、その人らしく最期の時を迎えられる様、私に出来る事を真摯に、丁寧に行っていきたいと思っております。

看護師 長谷 るり子

こちらに異動する前は呼吸器内科におり、終末期の患者さんのお看取りも多くありました。疾患と向き合い緩和ケアを取り入れながら患者さん一人一人に寄り添った緩和医療、緩和ケア、これに対する難しさと奥深さは以前から重々感じていました。今回異動にあたりいよいよ自分の中のこの難題と向き合う時がきたのかと思うと、正直臆する気持ちがあります。異動後まだ間もなく、不安も大きいのですが、せん妄、苦痛緩和などの症状アセスメントや薬剤の使用法など、こちらに来てから専門的な知識と実践を学び、医師や看護師が豊富な経験に基づいて患者さん個々に合わせたケアを探求する姿をみて、気持ちを引き締めていかなければと思いました。それでも、患者さんの貴重で少ない時間を、患者さんとそのご家族に寄り添いながら見ていくことというのは複雑で容易ではありません。部署内でのカンファレンスが多いこともあり、その重要性を感じています。いつも情報や考え、思いの交流を行い共に緩和ケアに向かうことを心掛けた関わりを行っていきたいと思います。

看護師 小林 京子

4月に緩和ケア病棟に配置になりました。15年くらい前に3年半ほどこの緩和ケア病棟に勤務していたことがありますので、今回は2度目の勤務になります。懐かしさを感じながらも、近年の病院や看護の時代の流れとともにこの緩和ケア病棟の大きな変化を感じています。その中でも変わっていないのが、どうすれば患者様が苦痛なくより良い人生を送ることができるか、他職種を含めたスタッフ全員が日々考え、悩み、意見を出し合って実践していることです。そしてもう一つ変わっていないのが17階からの七つ森の眺めです。システムが変わってもずっと変わらずそこにある風景にいつも癒されています。まだまだ勉強の日々ですが、病棟の力になれるよう頑張りますのでよろしくお願い致します。

看護師 佐々木 雅子

昨年11月に西17階病棟に異動してきました。私がまだ学生の時、看護の授業の中で緩和ケアの一つとして吐血する患者を赤い毛布で包み傍に付き添うこともあるとその時の担当教官が授業中に語っていたことがありました。学生であった私は「そんなこと私には出来ない。」と思った反面、いつか緩和というところで働いてみたいとも思っていました。それからもう何年も時がたちましたが、縁あってこの病棟で働くことになり、看護師として患者さんのケアにあたる日々を過ごしています。限られた時間を患者さんと1日1日、大切に過ごし、最期を迎えるまでの時間をその人らしく過ごすことが出来るよう援助していきたいと思っています。いろいろ悩むことや戸惑うことも多いと思いますが、様々な経験を重ねて看護師として成長することができたらと思っています。

看護師 千葉 しほ

6月に育児休暇から復帰し、緩和ケア病棟に配属となりました。昨年、第2子を出産し、幼児2人を抱えながら、仕事と育児に奮闘している毎日です。私は昨年、祖父を亡くし、そのことが今まで以上に「最期」というものを考えるきっかけとなりました。祖父はとても人望が厚く、周りから愛される性格でした。しかし祖父は、状態が悪化した姿を、私達孫や曾孫、友人達には見せたくない、元気な姿のままを思い出に残してほしいと希望され、面会制限がかかり、私は面会ができなくなりました。お通夜や葬儀も、祖父の希望で制限がかかり、参列できず、私が祖父と会えたのは、亡くなってから半年後の納骨のときでした。会いたくでも会えず、そのまま亡くなってしまい、私はずっと、亡くなったことを実感できないでいましたが、生活の中でふとしたときに思い出し、涙するのを繰り返し、時間の経過とともに受容してきたように思います。祖父の希望と、家族の希望、さまざまな思いが交錯する中で、最期の時間の過ごし方というものを、身をもって考えさせられました。経験豊富な先輩方に助けて頂きながら、患者さんとご家族が、よりよい時間を過ごしていけるよう、寄り添いながらケアを提供していきたいと思っています。

看護助手 吉野 清香

4月より4年のブランクを経て緩和ケア病棟に復職いたしました。
4年前病棟の皆さまに恵まれ、とてもやりがいを感じ、多くの学びを得られた日々を過ごしておりましたが、体調を崩し、不本意ながら退職する事となりました。この度、緩和ケア病棟で、再び働く機会を頂戴した事を感謝するばかりです。
4年前と比べて更に時間の流れが速くなり、戸惑うことも多く、丁寧な仕事ができないもどかしさを感じる日々ですが、患者様やご家族様と、大切な時間を過ごさせていただくことが喜びとなり、私自身が力を頂いております。
今後も皆さまのご指導を頂戴し、「助け手」となれるよう努めて参りますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

ボランティアコーディネーター 大山 恵子

今年5月より緩和ケア病棟のボランティアコーディネーターとして勤務させていただいております。
病棟でのボランティアの活動内容は、ラウンジのテーブルに季節の花を生けたり、午後のティーサービスを主に行っております。
花の水替えをしている時に、患者さまやご家族さまから「とってもきれいなお花ですね。」というお声を掛けていただくことが多くあります。「このようなお花に囲まれた空間で過ごせて家族は幸せでした。」という有難いお言葉をいただくこともありました。
花には人を包み込むような優しさや、つい笑顔になってしまう不思議な力を感じます。そして花の持つ力だけではなく、その花を扱うボランティアの温かい気持ちに、花が一生懸命応えてくれているようにも感じます。
午後のティータイムには、ほっとするような安らぎを感じていただきたい・・・というボランティアの皆さんの心で一杯のお茶をいれさせていただいております。
これからもボランティアの皆さんとともに、温もりのある空間を創っていけるよう努めて参りたいと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。

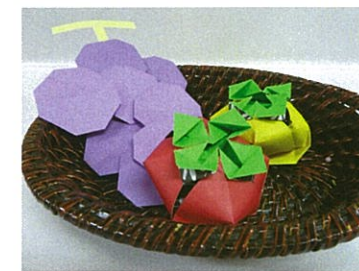
緩和ケア病棟チームより

精神科 医師 田坂 有香

2018年4月から緩和ケアチームに参加させて頂いております、東北大学病院精神科医師の田坂有香です。研修医時代を東北大学病院で過ごし、精神科へ入局し、東北大学病院、宮城県立精神医療センター、仙台市立病院と場所を変え精神科医療に携わってきました。昨年度は、仙台市立病院で主に、コンサルテーション・リエゾンといった、他科に入院中の精神科による支援を必要とする患者様の診療に関わらせて頂いております。その経験を生かし緩和ケアチームの一員として皆様のお力になればと、微力ながら考えています。お一人お一人の望まれるサポート、与えられるサポートは多様であるからこそ、これといった正解のないものですが、精神科医の立場から最善のお手伝いをできればと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

地域医療連携センター 看護師 藤原 奈津希

退院調整看護師として、平成30年4月より緩和ケアチームに参加させて頂き、主に自宅退院を目指す患者さんを支援しています。
私は退院調整をする際に、患者さんに『どこで過ごしたいか』より、『家に帰ったら何をやりたいか』聞いてみるようにしています。
体力が落ちたことを自覚している患者さんから、すぐに返事が出ないこともありますが、「庭の花どうなってるかな〜」「簡単なものでいいから、子供にご飯を作ってあげたい」等、その一言を聞かせ頂くことで患者さんに寄り添った退院支援ができます。
また、退院調整に従事するようになって初めて、地域には頼れる訪問診療医や訪問看護師・ケアマネジャーがいることを知りました。
これからも、関わった方との“縁”を大切にしながら支援を行っていきたく思いますので、よろしくお願い致します。



あなたの死生観は？

臨床宗教師 金田 諦晃

「あなたの死生観は？」という漠然とした問いを投げかけられ、最初どう答えればよいか戸惑った覚えがある。色々答えが浮かんでくるようでありながら、とっかかりがない感じがしたのである。

最近は何の形を変え、「私が生まれ、いまここで生きているってどういうことだろう？」と自身に問いかけてみることにしている。その答えを徹底して追及していくと、「自分の命は自分のもの」と知らず知らずに考えていた錯覚に気づかされることがある。この問いの切り口の一つとして、「食べる」ことについて学ばせて頂いたある患者さんの、次のような言葉がある。

「食べてもいいって言われて、生きてもいいって言われたような気がしたの」

長い絶食が続いた後、しばらくぶりに口から物を食べても良いという許可を医師から頂いた後の、強い感動がこもった言葉であると感じた。その言葉、声色はなぜか素通りすることが出来ず、心の中で響き続けた。

そうした中、幼い頃に祖父から聞いた「人は光を食べているんだ」という話を思い出した。宇宙から降り注いだ光が、大地を照らし、植物が育ち、植物を糧とする動物がいて、そしてそれらを身体に取り入れて命を繋ぐのが人間である。だから人は「光」を取り入れて生きているんだ。この身体は、元をたどれば「光」であり、「いのち」は「光」なんだ、と。

それを強く実感したのは修行道場で過ごしていた時のことであった。そこでは鎌倉時代から引き継がれるしきたりとして、食事を頂くまでに30分以上、唱え事や祈りの時間があつた。極寒の冬の時期には温かいおかゆも、残念ながら冷めてしまう。なぜそんなに時間をかけるのか、意味がわからなかった。食事を味わう余裕もない日々を過ごしていたある日の朝食、真っ黒い朱塗りの器に注がれたおかゆが、銀色に光ってみえた。その瞬間、「光だ！」と衝撃が走った。

それからというもの、私にとって食事の時間は、お腹を満たすために食べ物を味わうという次元を超え、私の中に「光」・「いのち」を取り入れ、様々なものの「いのち」を引き受け、生かされ、生きていくんだということを振り返る時間になっていった。「食べる」とは？「生きる」とは？私の中で漠然としていた思いが、患者さんの言葉に導かれるようにして紡がれていった。

死生観についての問い方は人それぞれであり、そのきっかけも多様であろう。大切なことは、自身の心の底から沸き起こる問いに目を背けず、問い続けることなのだろう。これからも共に歩みましょう。

ひなまつりミニコンサート



お花見



七夕ミニコンサート



H・K様誕生会



ブレスレット作り



紙粘土細工作り





M.M 様ご家族の作品

編集後記

平成最後の年になりますが、皆さまのご協力のおかげで今年も「七ツ森 第21号」を発行することができました。新しい時代を迎えるにあたり、皆さまとの出会いを大切に、より良い緩和ケアの病棟となりますようなお一層努力してまいりますので、今後ともよろしくお願いします。

平成30年度 編集担当 木幡 桂 小鹿希代子
渡辺かほり 小林 京子
浅野奈緒子 千葉 しほ


七ツ森

Nanatsu-mori

第21号

平成30年12月1日発行
東北大学病院 緩和ケア病棟
〒980-8574

仙台市青葉区星陵町1-1

TEL : 022-717-7986

FAX : 022-717-7989

<http://www.pcc.med.tohoku.ac.jp>

印刷：株式会社 仙台共同印刷